

閩僑中學
乘風航「全方位海上教室」活動通告

敬啟者：

「乘風航」成立於 1977 年，是一所非牟利的社會服務機構。該機構創辦全港首個專為年青人而設的「全方位海上教室」訓練計劃，旨在幫助青少年挑戰自我、發揮潛能並促進人際間的互信及關懷。

本校將於 **2025 年 5 月 27 日（二）** 安排全校學生參與「乘風航」之「全方位海上教室」訓練，並於活動前後分別進行相關工作坊。活動詳情如下：

一、 **航前工作坊：**

日期	2025 年 5 月 22 日（四）
時間及地點	2:25 pm – 4:25 pm，本校禮堂

二、 **全方位海上教室：**

日期	2025 年 5 月 27 日
集合時間及地點	8:10 am，本校禮堂
登船地點	黃竹坑深灣碼頭徑之珍寶碼頭
解散時間及地點	約 5:00 pm，北角渣華道（北角港鐵站出口）

三、 **航後工作坊：**將於試後活動進行，詳情另發通告通知。

四、 **其他事項：**

1. 交通費用（旅遊巴與舢舨駁艇）全免，將由「全方位學習津貼」及「學生活動支援津貼」支付。
2. 同學需自備食物及飲品。
3. 在活動期間，同學必須遵循領隊老師指示，以維持秩序並確保安全。
4. 所有同學**必須**參與本次「全方位海上教室」活動。如因特殊情況未能出席，必須按時回校完成指定習作。
5. 學生如因病缺席，須提交醫生證明書，並於回校當日中午前交班主任銷假。事假則需至少在三天前由家長或監護人寫信申請，並得校方批准。有關辦理學生請假手續的具體要求詳見於「學生手冊」第 20 頁，無故缺席者當曠課或逃學處理。期盼各位家長支持有關活動，一同促進家校的聯繫和合作。

請家長細閱附件「**參加者備忘**」及填寫「**登船人士健康狀況申報表**」，於 **5 月 16 日（五）或之前** 交回班主任。如有查詢，可致電學校 25784523 與課外活動組統籌劉燕媚老師聯絡。

此致

中三及中五級家長



校長


彭志遠

謹啟

2025 年 5 月 14 日

SC2433 乘風航全方位海上教室活動通告



乘風航海上歷奇訓練

參加者備忘

必須帶備之物品

- | | |
|------------------|--------------------|
| ✓ 泳裝 (泳衣 / 泳褲) | ✓ 水樽 (船上有冷 / 熱水供應) |
| ✓ 深色短褲 / 衫(在泳裝外) | ✓ 眼鏡帶 |
| ✓ 大毛巾 (抹身及保暖) | ✓ 防水袋或大膠袋 |
| ✓ 防曬用品 (太陽油 / 帽) | ✓ 口罩及口罩套(建議) |
| ✓ 午膳 (非微波爐食品) | ✓ 餐具 (例如：筷子、匙羹、叉) |
| ✓ 替換 T-shirt | ✗ 貴重物品 |
| ✓ 風褸及保暖衣服 | ✗ 沖涼用品 |

船上守則

- ✱ 必須服從船長及教練的指示
- ✱ 嚴禁在船上奔跑
- ✱ 嚴禁吸煙、喝酒、賭博或濫用藥物
- ✱ 嚴禁在船上生火
- ✱ 嚴禁在船艙內飲食
- ✱ 只可在艙舫沖身，不可於洗手間內洗澡/更衣

船上注意事項

- ✱ 小心不要站在門後/奔跑
- ✱ 不要隨意按動任何的開關制
- ✱ 留意出入口的高度 (小心碰頭)
- ✱ 小心保管財物
- ✱ 避免穿裙
- ✱ 如有需要可預先服食暈浪丸 (根據服藥指示或上船一小時前服用)

登船安排

- ✱ 參加團體請**自行安排**舢舨駁艇往返訓練船之停泊處，供參考：可於「逸港居碼頭」香港仔海傍道 2 號梯台(香港仔逸港居側)或「黃竹坑珍寶碼頭」(由黃竹坑深灣碼頭徑之珍寶碼頭)，乘坐舢舨駁艇；每人每程來回 25 元。
- ✱ 航程一般由上午九時三十分至下午約四時三十分。
- ✱ 參加團體必須於九時三十分後才能登船，船長有權拒絕提早登船的要求。
- ✱ 如需協助及查詢，請聯絡本會職員 (電話：2554 9722)。

天氣安排 (活動當日早上 7 時正)

航程取消： Black 黑  Red 紅  3 或以上

航程照常： 雷暴 Thunder storm  大雨 Rain 黃  T1  季候風 Monsoons



總記錄表編號: _____

登船人士健康狀況申報表

歡迎你參加「乘風航」的海上訓練。我們的訓練船及活動設計顧及到不同身體狀況參加者的特殊需要，請自行審視是否適合參與。讓你有一次愉快的航程，本會希望事先了解你的身體狀況作出適當的安排。如你在填寫此表格後，健康情況出現變化或在航程期間感到任何不適，請立即通知領隊或船上教練。

- | | |
|----------------------------|--|
| 1. 你曾否患有心臟病？ | ☐ 否 ☐ 有，請註明_____ |
| 2. 你曾否患有高血壓？ | ☐ 否 ☐ 有，請註明_____ |
| 3. 你曾否患有低血壓？ | ☐ 否 ☐ 有，請註明_____ |
| 4. 你曾否患有哮喘病？ | ☐ 否 ☐ 有，請註明_____ |
| 5. 你曾否患有癲癇症？ | ☐ 否 ☐ 有，請註明_____ |
| 6. 你曾否於一年內有骨折/脫臼/脊椎骨移位？ | ☐ 否 ☐ 有，請註明_____ |
| 7. 你曾否因感到暈眩而失去平衡或失去知覺？ | ☐ 否 ☐ 有，請註明_____ |
| 8. 你有否懷孕？ | ☐ 否 ☐ 有，請註明_____ |
| 9. 你現時有否服用醫生處方的藥物？ | ☐ 否 ☐ 有，請註明_____ |
| 10. 你會否對某些藥物有過敏反應？ | ☐ 否 ☐ 有，請註明_____ |
| 11. 你會否對海水有過敏反應？ | ☐ 否 ☐ 有，請註明_____ |
| 12. 你有否其他病歷影響你進行跳水或其他體能活動？ | ☐ 否 ☐ 有，請註明_____ |

(資料只供本會處理行政及活動安排之用，並於活動完結後 6 個月內銷毀)

參加者聲明：

本人_____ (中文姓名)，身份證號碼 (頭三位數字連英文字母，例如: A123)_____ 聲明以上填報的所有資料均屬正確無誤，並為事實之全部。本人允許乘風航使用有關資料作行政、活動安排及處理緊急情況之用。本人同意參加乘風航的訓練活動及明白在活動期間如遇到意外，若意外並非由乘風航教練或僱員的疏忽而導致，乘風航不須負任何責任。

參加者簽署：_____

填表日期：_____

家長/監護人簽署：_____

填表日期：_____

(未滿 18 歲之參加者必須家長/監護人簽署)